



دانشکده پرستاری و مامایی رازی
پایان نامه مقطع کارشناسی ارشد پرستاری

عنوان:

تاثیر ورزش با دوچرخه کوچک بر خستگی، عملکرد جنسی و کفایت دیالیز
در بیماران تحت همودیالیز مراجعه کننده به مراکز درمانی وابسته به دانشگاه
علوم پزشکی کرمان در سال ۱۳۹۷

توسط:

فرزانه صالحی

اساتید راهنما:

دکتر پروین منگلیان

دکتر مه لقا دهقان

اساتید مشاور:

دکتر محمدرضا عبادزاده

دکتر مریم السادات موسوی

سال تحصیلی:

۱۳۹۷-۱۳۹۸

چکیده:

مقدمه و هدف: بیماران مبتلا به نارسایی مزمن کلیه با عوارضی مانند خستگی، کاهش قوای جسمی و جنسی مواجه هستند که می توانند تأثیرات منفی بر کیفیت زندگی بیماران بگذارند. از آنجائیکه ورزش یکی از روش های بالقوه جهت کاهش ضعف عضلانی و پیامدهای مربوطه می باشد؛ پژوهشی با هدف تعیین تأثیر ورزش با دوچرخه کوچک بر خستگی، عملکرد جنسی و کفایت دیالیز در بیماران تحت همودیالیز مراجعه کننده به مراکز درمانی وابسته به دانشگاه علوم پزشکی کرمان در سال ۱۳۹۷ انجام شد.

روش بررسی: این پژوهش یک مطالعه کارآزمایی بالینی تصادفی شده است که بر روی ۵۴ بیمار تحت همودیالیز در بیمارستان شفا و مرکز جوادالائمه انجام شد. بیماران واجد شرایط به شیوه سرشماری انتخاب و با استفاده از تخصیص تصادفی به دو گروه تقسیم شدند. نهایتاً با توجه به ریزش نمونه ها ۲۰ نفر در گروه مداخله و ۱۷ نفر در گروه کنترل قرار گرفتند. گروه کنترل مراقبت روتین دریافت کردند ولی گروه مداخله علاوه بر مراقبت روتین، به مدت ۱۲ هفته و هر هفته دو بار به مدت ۲۰ دقیقه طی دو ساعت اول دیالیز، با دوچرخه کوچک، تحت ورزش غیرفعال قرار گرفتند. پرسشنامه های خستگی، عملکرد جنسی مردان و زنان و فرم کفایت دیالیز قبل از شروع مداخله و در طول مداخله به مدت ۳ ماه و یک ماه بعد از اتمام مداخله به منظور پیگیری، برای هر دو گروه تکمیل می شد. یافته ها: بر اساس نتایج دو گروه از نظر متغیرهای دموگرافیک و زمینه ای همگن بودند. از نظر خستگی، بین دو گروه مداخله و کنترل در ماه دوم و ماه سوم مداخله و یک ماه پس از مداخله، تفاوت معنادار بود به طوری که نمره خستگی به طور معناداری در گروه مداخله کمتر از گروه کنترل شده بود ($p < 0/05$). از نظر عملکرد جنسی و کفایت دیالیز، تفاوت معنی داری بین دو گروه مداخله و کنترل مشاهده نگردید.

بحث و نتیجه گیری: نظر به اینکه بر اساس نتایج مطالعه، ورزش باعث کاهش قابل توجه خستگی در بیماران تحت همودیالیز شده است و با توجه به شیوع بالای خستگی و سیر فزاینده و آزار دهنده آن در

بیماران تحت همودیالیز، لزوم بکارگیری روش های غیروارویی مانند ورزش جهت کاهش خستگی و افزایش کیفیت زندگی آنها ضروری است.

کلمات کلیدی: خستگی، عملکرد جنسی، کفایت دیالیز، همودیالیز، ورزش، دوچرخه کوچک

Abstract:

Background and objectives: Patients with chronic renal failure have complications such as fatigue, physical and sexual dysfunction, which in turn affects the quality of life of these patients. As exercise is one of the potential ways to reduce muscle weakness and physical function. The aim of this study was to determine the effect of small bicycle exercise on fatigue, sexual function and dialysis adequacy in hemodialysis patients referring to medical centers affiliated to the University of Medical Sciences Kerman was conducted in 1397.

Method: This is a randomized clinical trial study performed in hemodialysis patients referring to Kerman University of Medical Sciences in 2018. Eligible patients were selected by census method and divided into two intervention 27 and control 27 groups using random allocation. The routine control group received the routine care, but the intervention group, in addition to routine care, performed twin bicycles for 12 weeks and twice a week for 20 minutes in the first two hours of dialysis. Fatigue, sexual function, and dialysis adequacy forms were completed for both groups before the intervention and during the intervention monthly and one month after the intervention was completed in order to follow up.

Results: Based on the results, the two groups were homogeneous in terms of demographic and underlying variables ($p < 0.05$). For fatigue, there was a significant difference between intervention and control groups in the second month ($P = 0.045$), the third month of intervention ($P = 0.003$) and one month after the intervention ($P = 0.001$), and the score Fatigue was significantly lower in the intervention group than in the control group. There was no significant difference between the two intervention and control groups regarding sexual function and dialysis adequacy.

Cunclusion: According to the results of the study, exercise has significantly reduced fatigue in hemodialysis patients. Considering the high prevalence of fatigue and its increasing fatigue in patients undergoing hemodialysis, the need to use non-prescriptive methods such as exercise to reduce Fatigue is essential in order to increase their quality of life.

Keywords: fatigue, sexual function, dialysis adequacy, hemodialysis, exercise, small bike



Faculty of Nursing and Midwifery Razi
Master's Degree Nursing Thesis

Title:

**The effect of small bicycle exercise on fatigue, sexual function
and dialysis adequacy in patients undergoing hemodialysis
referring to Kerman University of Medical Sciences in 2018**

By:

Farzaneh Salehi

Supervisors:

Dr. Parvin Mangelian

Dr. Mahlagha Dehghan

Advisor:

Dr. Mohammad Reza Abadzadeh

Dr. Maryam Al-Sadat Mousavi

Year:

2019



دانشگاه علوم پزشکی کرمان
تحصیلات تکمیلی دانشگاه

بسمه تعالی

صور تجلسه دفاع از پایان نامه

تاریخ ۹۸/۴/۲۶

شماره ۹۸/۴/۲۶

پیوست

جمله دفاعیه پایان نامه خانم فرزانه صالحی دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری مراقبتهای ویژه (پردیس خودگردان) ورودی ۹۶ تحت عنوان "تأثیر ورزش با دوچرخه کوچک بر خستگی، عملکرد جنسی و کفایت دیالیز در بیماران تحت همودیالیز مراجعه کننده به مراکز درمانی وابسته به دانشگاه علوم پزشکی کرمان در سال ۱۳۹۷" به راهنمایی دکتر پروین منگلیان و دکترمه لقا دهقان در ساعت ۱۳:۳۰ روز چهارشنبه مورخ ۱۳۹۸/۰۴/۲۶ با حضور اعضای محترم هیات داوران متشکل از:

سمت	نام و نام خانوادگی	امضا
الف: اساتید راهنما	دکتر پروین منگلیان دکتر مه لقا دهقان	
ب: اساتید مشاور	دکتر محمدرضا عبادزاده دکتر مریم السادات موسوی	
ج: عضو هیات داوران (داخلی)	دکتر مژگان تائبی	
د: عضو هیات داوران (خارجی)	دکتر رقیه مهدی پور	
ه: نماینده تحصیلات تکمیلی	دکتر جمیله فرخ زادیان	

تشکیل گردید و ضمن ارزیابی به شرح پیوست با درجه عالی و نمره ۱۹/۵ مورد تایید قرار گرفت.

دکتر فیروزه میرزایی رابر
مهر و امضاء معاون آموزشی دانشکده

